



Programmation des loisirs intermunicipaux – Printemps 2017


Bonjour !

Des températures plus chaudes seront bientôt de retour, alors pourquoi ne pas en profiter pour se (re)mettre en action ?

Certifié niveau 4 (échelon le plus élevé) du Programme National de Certification des Entraîneurs, l'entraîneur de ski de fond Gilles Lefebvre vous revient cette session-ci en vélo de route. Entraîneur de course à pied ou en sentier à travers des ateliers, des camps d'entraînement et des voyages de course, Benoit Talbot quant à lui vous partagera sa passion de courir. Professeur de yoga, Stéphanie Breault va vous initier au yoga sur planche (SUP = Stand Up Paddle board), qui est une nouvelle discipline qui se pratique sur une très grande planche de surf avec une longue pagaie. Pour méditer, il faut d'abord pouvoir se relaxer pour ensuite se concentrer et atteindre l'état méditatif ; c'est ce que Martine Archambault vous propose.

Pour sa part, la chef Sara Coupry du Bistro St-Édouard, vous présente quelques recettes se mariant à la saison du BBQ et salades qui débutera sous peu. Ingénieure sur papier et artiste à ses heures, Magalie Laniel partagera avec vous ses connaissances sur la photo et la fabrication maison d'une crème hydratante et d'un kombucha.

Pour terminer, les loisirs sont maintenant offerts aux gens résidant à l'extérieur des cinq municipalités ; invitez vos amis à en profiter ! En espérant que cette première programmation de printemps vous plaira !

Les **nouveaux** cours sont affichés au verso de cette page avec ce signe 

PÉRIODE D'INSCRIPTION : LUNDI 3 AVRIL 9h au VENDREDI 21 AVRIL 16h

AUCUNE INSCRIPTION, PAR LA POSTE OU EN PERSONNE, NE SERA ACCEPTÉE AVANT CETTE DATE ET HEURE.

Comment s'inscrire : Pour s'inscrire, il suffit de télécharger la fiche d'inscription sur le site web de la municipalité d'Eastman au www.eastman.quebec et la retourner par la poste ou en personne à l'Hôtel de ville d'Eastman au 160 chemin George-Bonnallie, Eastman (Québec) J0E 1P0. Les heures d'ouverture sont les suivantes : 9h à 12h et 13h à 16h

Mode de paiement : Pour des raisons de logistique, il est préférable de payer par chèque libellé au nom de la Municipalité d'Eastman au moment de l'inscription ; toutefois, les paiements en argent comptant sont également acceptés.

- Le paiement complet par **chèque postdaté du 1 mai 2017** est exigé si le montant est inférieur à 100\$
- Si le montant est supérieur à 100\$, vous pouvez faire 2 versements du même montant ; le **2^{ème} chèque sera postdaté du 29 mai 2017** et remis aussi lors de l'inscription

Annulation (Pour toute demande de remboursement, un avis écrit doit nous être envoyé par courriel ou remis au bureau)

- Avant le premier cours = 100% des frais remboursés (*nous annulons votre chèque ; un paiement en argent comptant vous oblige à revenir le chercher au bureau*)
- Suite au premier cours, seront réclamés le coût des cours déjà suivis et le plus petit des montants suivants : 50 \$ ou 10 % du prix des cours qui n'ont pas encore été reçus

Rabais sur inscription : 10% est applicable sur l'inscription à une 2^{ème} activité (la moins chère) pour un **enfant** ou un **adulte** ou pour un **2^{ème} membre d'une même famille**.

Frais de retard : 20\$ pour toutes les inscriptions reçues après le 22 avril 2017.

Confirmation des cours : Dès le 24 avril, vous pouvez consulter le site web de la municipalité d'Eastman afin de vérifier les activités qui seront offertes et annulées ; d'autre part, un courriel vous sera envoyé à cet effet.

Cours annulés : Pour toute raison majeure (tempête, panne électrique, etc), si l'école est fermée durant la journée, les cours sont également annulés.

École du Val-de-Grâce (500, rue Principale) : Vous devez entrer par la dernière porte de la cour d'école ; celle-ci s'ouvre automatiquement 15 minutes avant le début du cours et se referme automatiquement 15 minutes après le début.

Chalet des Sports (accessible via rue des Pins) : Sous l'abri, vous y avez accès par la 1^{ère} porte à droite.

Il est strictement interdit de fumer dans ces établissements et sur le terrain de ceux-ci.

Pour toutes questions, communiquez avec la responsable Mélanie au 450-297-3440, poste 30

AVIS IMPORTANT

- Depuis décembre 2016, des frais d'administration de 15% sont inclus dans le tarif des activités.

SESSION DE PRINTEMPS : DU 1 mai AU 24 JUIN (congé 20 mai)

MAI							JUIN						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
	1	1	2	1	3	1	4	1	5	1	6	2	
7	8	2	9	2	10	2	11	2	12	2	13	3	4
14	15	3	16	3	17	3	18	3	19	3	20	4	5
21	22	4	23	4	24	4	25	4	26	4	27	4	5
28	29	5	30	5	31	5	25	26	27	28	29	30	

LÉGENDE

┌ Début de la session

└ Fin de la session

■ Congé

Prendre note qu'un intervenant peut apporter des modifications sur l'horaire